

CAP TRANSPORT

1. Formació avançada sobre conducció racional basada en les normes de seguretat. TOTAL 8 HORES

1.1 Objectiu: conèixer les característiques de la cadena cinemàtica per optimitzar-ne la seva utilització.

Contingut:

- 1.1.1 Coneixement del vehicle.
- 1.1.2 Corbes de par.
- 1.1.3 Potència i consum específic d'un motor
- 1.1.4 Zona d'utilització òptima del compterevolucions
- 1.1.5 Diagrames de cobertura de les relaciones de la caixa de canvi de velocitats
- 1.1.6 Manteniment mecànic bàsic.

1 HORA

1.2 Objectiu: conèixer les característiques tècniques i el funcionament dels dispositius de seguretat a fi de dominar el vehicle, minimitzar el seu desgast i prevenir les anomalies de funcionament.

Contingut:

- 1.2.1 Neumàtics
- 1.2.2 Frens
- 1.2.3 Límits d'utilització dels frens i ralentitzadors
- 1.2.4 Selecció de la millor combinació entre velocitat i relació de transmissió
- 1.2.5 Utilització de la inèrcia del vehicle
- 1.2.6 Utilització dels mitjans de ralentització i de frenat en las baixades.
- 1.2.7 Accions que s'han d'adoptar en cas de fallada.

3 HORES

1.3 Objectiu: Poder optimitzar el consum de carburant.

Contingut:

1.3.1 Optimització del consum de carburant mitjançant l'aplicació de les tècniques indicades en els punts 1.1 i 1.2.

4 HORES

2 Aplicació de la reglamentació. TOTAL 5 HORES

2.1 Objectiu: conèixer l'entorn social del transport per carretera i la seva reglamentació.

Contingut:

2.1.1 El tacògraf

2.1.2 Duració màxima de la jornada laboral específica del sector dels transports

2.1.3 Principis, aplicació i conseqüències dels Reglaments (CEE) número 3821/85 i (CE) número 561/2006

2.1.4 Sancions en cas de no utilització, mala utilització o manipulació fraudulenta del tacògraf.

2.1.5 Coneixements de l'entorn social del transport per carretera: drets i deures del conductor en matèria de qualificació inicial i de formació contínua.

5 HORES

3 Salut, seguretat vial i mediambiental, servei, logística. TOTAL 22 HORES

3.1 Objectiu: Tenir consciència dels riscos de la carretera i els accidents de treball.

Contingut:

3.1.1 Tipologia dels accidents de treball en el sector del transport

3.1.2 La importància del compliment de les normes de tràfic i seguretat vial 3.1.3 enllumenat i senyalització òptica

3.1.4 Els accidents de tràfic

3.1.5 La magnitud del problema

3.1.6 Estadístiques dels accidents de circulació

3.1.7 Implicació dels vehicles pesats

3.1.8 Dinàmica d'un impacte i conseqüències humanes, materials i econòmiques de l'accident

3.1.9 Els grups de risc

3.1.10 Els factors de risc (la velocitat, l'alcohol, les drogues tòxiques, les malalties i els fàrmacs, la son, el cansament, i l'estrès)

3.1.11 La conducció preventiva

3.1.12 Conducció en condicions adverses

3.1.13 Contaminació i accidents.

8 HORES

3.2 Objectiu: Tenir consciència de la importància de l'aptitud física i mental.

Contingut:

- 3.2.1 La conducció, una tasca de presa de decisions.
- 3.2.2 Actituds i capacitats bàsiques per a una conducció segura.
- 3.2.3 Estat físic del conductor.
- 3.2.4 Principis d'una alimentació sana i equilibrada.
- 3.2.5 Efectes de l' alcohol, els medicaments o qualsevol altra substància que pugui modificar el comportament.
- 3.2.6 Síntomes, causes i efectes de la fatiga i l' estrès.
- 3.2.7 Paper fonamental del cicle bàsic activitat/descans.

4 HORES

3.3 Objectiu: Tenir capacitat per avaluar situacions d' emergència.

Contingut:

- 3.3.1 Seguretat activa i passiva.
- 3.3.2 Comportament en situacions d' emergència.
- 3.3.3 Actuació en cas d' accident de tràfic.
- 3.3.4 Intervenció, sensibilització i educació vial (formació individualitzada).
- 3.3.5 Les normes de tràfic i la seguretat vial (debat grupal, dinàmica de grups).
- 3.3.6 Avaluació de la situació.
- 3.3.7 Prevenció de l' agreujament d' accidents.
- 3.3.8 Avis als serveis d'emergència.
- 3.3.9 Auxili als ferits i aplicació dels primers auxilis.
- 3.3.10 Reacció en cas d' incendi.
- 3.3.11 Evacuació dels ocupants del vehicle.
- 3.3.12 Reaccions en cas d' agressió.
- 3.3.13 Principis bàsics de la declaració amistosa d' accident.

10 HORES